La Thérapie par le Son

Guide de l'Utilisateur

Basic Kit Niveau 1

Par Patricia et Rafaele Joudry
Sound Therapy International Pty Ltd
distribué par Hélène Delafaurie

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

MODE D'EMPLOI

Cher utilisateur,

Merci d'avoir choisi la Thérapie par le son pour prendre soin de votre audition. Vous allez avoir des heures d'écoute relaxante et bénéficier du merveilleux potentiel de la Thérapie par le Son.
Nous apprécions que les utilisateurs de la méthode nous parlent de leurs résultats et de temps en temps nous envoyons des questionnaires. Ecrivez-nous et parlez-nous de votre expérience, les informations que vous nous donnez peuvent aider d'autres personnes.
Si, après avoir lu ce mode d'emploi ou à tout moment pendant l'utilisation, vous avez des questions, n'hésitez pas à écrire à votre distributeur en France.
Notre but est de vous donner un résultat maximum de l'utilisation de la Thérapie par le Son. Pour cela, avant de commencer, lisez soigneusement le mode d'emploi.
En vous souhaitant paix et harmonie

Raphaele Joudry
Directeur

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Sound Therapy International

Notre Garantie

La Sound Therapy International prend toutes les mesures nécessaires afin que ses produits soient de la meilleure qualité possible et qu'ils vous parviennent dans de bonnes conditions.

Nos CD sont garantis contre tout défaut de fabrication. Si vous remarquiez un défaut de fabrication dans un CD pendant les 30 jours après la date d'achat, envoyez-nous un e-mail en nous expliquant le problème pour obtenir un numéro d'Autorisation de Retour (AR), puis renvoyez-nous le CD par courrier et nous vous le remplacerons sans frais.

Étant donné que nous ne pouvons savoir dans quelle mesure vous utilisez les CD, si l'un de nos enregistrements montre un défaut à l'usage, envoyez-nous un e-mail en nous expliquant le problème. Nous en discuterons et éventuellement vous recevrez un numéro d'Autorisation de Retour (AR), puis renvoyez-nous la cassette / le CD par courrier et nous vous la remplacerons moyennant 10€ de frais de manutention + frais de poste.

Responsabilité

La Thérapie par le Son offre à l'oreille des fréquences différentes afin de stimuler et d'activer les mécanismes de l'oreille et les circuits cérébraux. Bien que ce traitement ait aidé de nombreuses personnes dans beaucoup de domaines, nous ne pouvons garantir aucun résultat spécifique. Quand vous entreprenez une Thérapie par le Son, vous devez comprendre que chaque système nerveux est unique et réagira différemment. Il est fort probable que, si vous persistez dans l'écoute du programme, vous ressentirez des améliorations, mais nous ne pouvons prédire ni garantir dans quelle mesure.

Si vous avez des inquiétudes, des questions, des empêchements concernant votre écoute, contactez votre consultant qui vous a vendu le programme, il pourra vous aider et vous conseiller. Cependant les informations et la thérapie proposées au sein de ce site ne constituent ni directement, ni indirectement une consultation médicale. En aucun cas, les informations et services proposés sont susceptibles de se substituer à une consultation, une visite ou un diagnostic formulé par votre médecin. Vous ne devriez jamais négliger de tenir compte d'un avis médical ou remettre à plus tard une consultation suite à ce que vous avez lu ici.

Remboursement

Nous ne pouvons vous rembourser le programme si vous changez d'avis ou si vous n'avez pas obtenu les résultats que vous souhaitiez. Cependant, si vous pensez que les enregistrements sont défectueux, ou ne correspondent pas à

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

votre commande, contactez-nous ou le consultant qui vous les a vendus afin de procéder à un échange.

Une page pour les impatients!

Pour commencer tout de suite!

Si vous voulez commencer à écouter avant d'avoir lu le mode d'emploi en entier, cette page est pour vous. Cependant il est essentiel que vous, ou quelqu'un de votre entourage, lisiez le mode d'emploi en entier, ainsi que le livre sur la Thérapie par le Son pendant que vous écoutez le programme, afin que vous puissiez en retirer tout le bénéfice possible.

Les trois points que vous devez connaître avant de commencer:

1. Utiliser un bon équipement.

Vous devez écouter avec des écouteurs ou des oreillettes avec une bande passante en réponse de 18 000 Hz minimum et votre baladeur cassette ou CD doit pouvoir transmettre des hautes fréquences de 14 000 à 18 000 Hz.

Pour plus d'informations, voir la section Equipement

2. Niveau du son

Mettez toujours le volume très bas. **Ne l'augmentez pas si vous entrez dans un endroit bruyant.** Ecoutez les cassettes dans l'ordre : 1, 2, 3, 4.
Pour plus d'informations, voyez la section **Comment écouter**.

3. Plus fort dans l'oreille droite

Vos écouteurs seront marqués Droit / Right et Gauche / Left (D/R et G/L). Faites attention à bien placer le Droit sur l'oreille droite. Le son est plus fort dans l'oreille droite et cela est important pour la thérapie. Pour plus d'information, lisez les sections **Comment écouter** et **Comment ça marche**.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Lisez la Foire Aux Questions sur le site www.therapie-par-le-son.com

Aide et informations pour assurer votre succès

Quand vous commencez l'écoute d'un programme de Thérapie par le Son sur baladeur vous devenez, en fait, votre propre thérapeute. Vous avez donc besoin d'informations afin de :

- **Utiliser le programme de façon efficace ;**
- **Savoir quels changements et bénéfices vous pouvez en attendre ;**
- **Comprendre l'importance d'une écoute régulière et à long terme ;**
- **Avoir suffisamment confiance dans ce programme pour continuer malgré les difficulté et les « crises » qui peuvent survenir.**

Toutes les informations dont vous avez besoin sont données dans les livres, ce guide, et les supports audio-visuels qui accompagnent ce programme, … mais qui sont en anglais ; les traductions en français se font peu à peu ; elles seront disponibles sur le site au fur à mesure de leur parution.

N'hésitez pas à nous contacter !

Si vous avez des questions concernant le déroulement de votre thérapie, des difficultés d'écoute, envoyez-moi un mail. Je me ferai un plaisir de vous répondre personnellement

Ne restez pas perdu !

MÉMO :

Votre question : ……..
……
……

La réponse : ……..……..
……
……

Si vous avez acheté ce programme pour votre enfant (ADD, ADHD, syndrome de Down, …), il vous est recommandé d'utiliser le programme également pour vous, pour mieux répondre aux demandes de votre enfant, car il vous permettra d'augmenter votre énergie, la qualité de votre sommeil, votre niveau de tolérance au stress, votre patience et votre facilité à communiquer.

Équipement

Vous avez besoin d'un **lecteur de cassette ou de CD portable** de bonne qualité. Pour obtenir des résultats complets vous avez besoin d'un lecteur qui a une réponse aux hautes fréquences de 18 000 Hz minimum. Il vaut mieux l'acheter dans un magasin près de chez vous pour des raisons de garantie. Vous devez écouter avec **un casque d'écoute**, n'importe lequel du moment qu'il vous convient (choisissez-le confortable) et qu'il est de bonne qualité, c'est-à-dire avec une bande passante en réponse de 18 000 Hz, ou avec des oreillettes en vérifiant bine le niveau de la bande passante.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Vous pouvez aussi écouter sur votre chaîne Hi-Fi à la maison à condition que ce soit avec un casque d'écoute et que votre chaîne ait une bonne réponse aux hautes fréquences. Mais dans ce cas vous êtes obligé de rester près de votre chaîne et pour beaucoup de personnes ce n'est pas pratique.
Nous vous recommandons d'acheter des **piles rechargeables** et **un chargeur de piles**. Vous ferez des économies et vous ne polluerez pas la planète. Si vraiment vous préférez les piles jetables, prenez des piles alcalines, elles durent plus longtemps.

Si vous portez des aides auditives, nous vous conseillons d'écouter alternativement avec votre appareil et sans lui. Vous aurez besoin d'acheter un casque d'écoute qui puisse aller sur vos appareils auditifs.

MEMO : Qu'est-ce que je dois acheter ?

_____
_____
_____

Entretien de votre baladeur

- **Si vous avez l'option S-XBS ou Dolby (augmentation des basses), supprimez-la pendant que vous écouter la Thérapie par le Son car cette option réduit les hautes fréquences.**
- **Vérifiez bien si les écouteurs Droit et Gauche sont bien sur les bonnes oreilles.**
- **Nettoyez-le régulièrement avec un CD de nettoyage.**
- **Enlevez les piles de votre baladeur si vous ne l'utilisez pas pendant longtemps. Elles éviteront de se décharger, ou éventuellement de couler.**
- **TRUC : si vous achetez des piles à l'avance, mettez-les dans un sac en plastique hermétiquement fermé et placez-les dans le freezer de votre réfrigérateur. Elles se conserveront mieux.**
- **Par temps chaud, les piles se déchargent plus rapidement.**

Conseils d'entretien de vos CD :

- **La garantie du fabricant sur les albums audio ne couvre pas les albums qui sont endommagés par la façon d'utiliser du client. Il est essentiel pour vous de suivre les conseils d'entretien afin de retirer le meilleur de votre programme d'écoute.**
- **Tenez-les par le bord et le trou central.**
- **Evitez de mettre de la poussière ou toute autre matière étrangère dessus.**
- **Remettez-les dans leur album après usage.**
- **Enlevez la saleté, les taches, les traces de doigt ou les liquides en essuyant avec un chiffon de coton doux en allant du centre vers l'extérieur du CD.**
- **Utilisez un produit spécial de nettoyage des CD / DVD pour les taches résistantes, tels que de l'alcool isopropyl ou du méthanol.**
- **Ne touchez pas la surface du CD.**
- **Ne pliez pas le CD.**
- **Ne l'exposez pas à une forte chaleur ou à l'humidité.**
- **Ne l'exposez pas à de rapides changements de température ou d'humidité.**
- **Ne le nettoyez pas en frottant en rond.**
- **Ne le rayez pas et ne le laissez pas sans protection.**

Quelques problèmes rencontrés :

Souvent les problèmes ne proviennent pas des CD mais de l'équipement utilisé pour les écouter.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Piles : si votre appareil s'arrête plusieurs fois de suite, ne veut pas démarrer, émet un bourdonnement ou ralentit, mettez de nouvelle piles, vérifiez qu'elles sont bien neuves, et dans le bon sens.

Pas de son dans une oreille : votre casque est peut-être endommagé ou mal branché. N'oubliez pas que le son des cassettes est plus fort dans l'oreille droite que dans l'oreille gauche et que si le volume est très bas vous pouvez ne rien entendre du côté gauche. Augmentez momentanément le son pour vérifier.

L'intensité du son varie : cela peut être du à de vieilles piles, au moteur de votre lecteur, à de la saleté sur les tête de lecture. Pour déterminer la cause du problème :

- Ecoutez la cassette sur un autre lecteur.
- Ecoutez un autre CD dans votre baladeur.
- Nettoyez le laser de lecture.

La bande ne se met pas en route :

- Vérifiez que votre lecteur n'est pas sur « pause » ou que le verrouillage des fonctions n'est pas sur « on ».
- Vérifiez les piles
- Vérifiez que votre lecteur n'est pas sur une autre fonction.

Comment écouter

Ordre d'écoute des CD

Chaque CD atteint des fréquences de plus en plus élevées. Nous vous recommandons de les écouter **l'une après l'autre dans l'ordre** pour commencer. Cela va permettre à l'oreille de s'habituer progressivement aux hautes fréquences, comme quand vous faites de la gymnastique : vous commencez par les poids les plus légers et vous augmentez. Par la suite vous pouvez les écouter dans n'importe quel ordre. Certaines personnes peuvent avoir une oreille plus sensible et trouveront les CD 3 et 4 difficiles ou même douloureux. Dans ce cas restez-en aux CD 2 et 3 pendant quelques semaines. En cas de douleur, faites une pause de quelques jours puis reprenez et diminuez le temps d'écoute journalier que vous augmenterez très progressivement. Puis écoutez les CD suivants peu à peu.

Combien de temps

N'oubliez pas que la réussite de cette thérapie réside dans le fait d'écouter les CD **trois heures par jour minimum, tous les jours**. Ces 3 heures n'ont pas besoin d'être consécutives. Vous pouvez écouter plus longtemps si vous voulez.
Beaucoup de personnes écoutent plus longtemps, parfois jusqu'à 12h par jour, aiment la musique du programme et sa facilité d'utilisation et obtiennent des résultats plus rapidement. **Mais vous pouvez avoir des difficultés à vous y habituer et prendre une approche plus progressive.** Mais souvenez-vous que le succès de ce traitement réside dans 3 heures minimum chaque jour. Gardez aussi à l'esprit que chaque personne est différente et que le temps requis pour l'ouverture de l'oreille et les effets qui s'ensuivent peuvent être plus ou moins rapides, soudains ou légers.

Volume

N'oubliez pas que toute écoute à un niveau sonore élevé endommage l'oreille. **Le volume d'écoute doit être au minimum**. Cependant les personnes qui ont une baisse d'audition doivent mettre le volume **juste assez fort pour entendre la musique**. Réglez le son dans une pièce calme et gardez ce volume même si vous allez dans un endroit plus bruyant. Ne cherchez pas à entrer en compétition avec le niveau sonore qui vous entoure. Veillez à ce que le niveau du son soit tel que vous puissiez suivre une conversation facilement, sans que votre interlocuteur soit obligé de hausser la voix. Oubliez que vous écoutez, votre inconscient et vos oreilles continueront

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

à travailler tous seuls. Vous pouvez aussi écouter en dormant.

La Thérapie par le Son est une méthode qui a été créée pour restaurer les fonctions de l'oreille et réparer des dommages causées par des bruits trop forts, musique ou autres. Malgré tout si vous l'écoutez à un niveau sonore trop élevé vous risquez d'avoir l'effet inverse.

Son plus fort dans l'oreille droite

Afin d'équilibrer les deux hémisphères du cerveau, les CD ont été enregistrées avec un son plus fort dans l'oreille droite. Si vous avez un lecteur de CD avec sélecteur « mono » ou « stéréo », utilisez la fonction « stéréo ». Si vous écoutez avec un volume de son faible, vous pouvez ne rien entendre du côté gauche. Ce n'est pas un défaut d'enregistrement et cela ne veut pas dire que la thérapie va fonctionner plus dans l'oreille droite.. **Veillez à bien positionner vos écouteurs, celui marqué D (droite) ou R (right) sur l'oreille droite**. Que vous ayez une baisse d'audition dans l'oreille droite ou dans l'oreille gauche, cela aura des effets quelque soit l'oreille endommagée.

Que faire pendant l'écoute

l'intérêt de la Thérapie par le Son est que justement **on peut tout faire en l'écoutant.** Vous pouvez bouger, aller ici et là, écouter ce qui se passe autour de vous et accomplir toutes vos activités habituelles comme : lire, marcher, faire du jogging, jardiner, faire le ménage ou la cuisine, voyager, avoir une conversation, écouter la télévision ou de la musique à la radio ou sur votre chaîne, travailler sur votre ordinateur, travailler à la ferme, faire du bowling ou du golf, …
La Thérapie est aussi tout aussi efficace pendant que vous dormez.
Faites toutes vos activités habituelles tout en écoutant votre programme : **la thérapie ne vous prend pas de temps.**

Le son grinçant

Généralement les utilisateurs de la Thérapie par le Son la trouvent agréable et facile à écouter. Le son grinçant que vous entendez n'est pas un défaut du CD, c'est l'arrivée du son qui vous soigne. Il s'entend nettement plus dans les CD N° 3 et 4. Si cela vous est trop désagréable, écoutez d'abord les deux premièrs CD pendant quelques semaines puis les derniers - d'abord à un volume très bas, puis augmentez jusqu'à ce que l'oreille ait suffisamment développé ses capacités à supporter ces sons.
Ce son est du au changements de fréquences de l'Oreille Électronique et fait travailler les muscles de l'oreille interne qui permettent d'entendre. Bientôt vous n'en aurez plus conscience et effectuerez vos tâches quotidiennes sur ce fond de musique. Ce son vous rappelle que le but de ce programme n'est pas de vous faire écouter de la musique mais de vous soigner.

Si ces grincements vous sont trop désagréables, mettez le son au minimum.

A la fin des enregistrements vous entendrez comme un « fantôme » de musique. Cela non plus n'est pas un défaut, c'est pour vous habituer peu à peu à de la musique totalement filtrée.

Le traitement dure combien de temps ?

Préparez-vous à écouter pendant plusieurs mois. Il faut trois mois minimum pour voir les effets de la Thérapie par le Son. Mais chaque personne étant différente cela peut prendre plus ou moins de temps. Les effets et les changements peuvent être subtils, et vous pouvez ne pas vous en rendre compte tout de suite. Le bénéfice minimum que vous puissiez obtenir est que vos problèmes n'empirent pas.

Beaucoup font la Thérapie par le Son pendant des années, comme une cure, à titre préventif ou d'entretien.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Si vous êtes appareillé

La Thérapie par le Son peut aider les personnes qui ont des appareils auditifs.
Vous pouvez écouter tout en gardant votre appareil, mais nous vous recommandons de le faire aussi sans votre appareil. En effet les appareils d'aide auditive ne sont pas faits pour transmettre les hautes fréquences de la Thérapie par le Son.

Si vous ne pouvez pas du tout entendre la musique de la Thérapie par le Son sans votre appareil, alors gardez votre appareil. Mettez le volume suffisamment bas de façon à éviter les interférences et les sifflements.

Les livres sur la Thérapie par le Son (disponibles en anglais et certains en français)

Pour que votre thérapie soit un succès, nous vous recommandons de lire le livre de Patricia et Rafaele Joudry « Musique pour recharger votre mental » (la traduction -PDF- de la première partie vous est envoyée à réception de votre commande). Votre consultant pourra vous le procurer. Il est facile à lire et d'un grand intérêt pour ceux qui entreprennent une Thérapie par le Son. C'est un ouvrage de référence pour les utilisateurs qui nous disent le lire et le relire. Vous avez besoin des informations contenues dans ces livres car en entreprenant une Thérapie par le Son vous devenez votre propre thérapeute. Vous n'aurez personne à voir sur rendez-vous pour superviser votre écoute, répondre à vos questions, vous rassurer et vous encourager à continuer.

Si les acouphènes sont votre problème principal, le livre « Triomphez des Acouphènes » vous donnera toutes les informations détaillées.

Les personnes qui lisent les livres ont un plus grand taux de réussite que les autres.

Si ce guide vous donne beaucoup d'informations, les livres vont plus en profondeur et vous permettent d'obtenir un plus grand succès.

Comment ça marche ?

La Thérapie par le Son fait travailler l'oreille, le cerveau et le système nerveux pour apporter un changement fondamental dans notre façon de percevoir les sons et le résultat qui s'ensuit. En raison des rythmes, harmonies et mélodies complexes mais organisés de la musique, le cerveau est stimulé et rééquilibré. Les changements de tonalités basses et hautes, et les hautes fréquences ajoutées par le système de filtres de la Thérapie par le Son, stimulent les muscles de l'oreille interne, ce qui est l'unique moyen de redonner du tonus à la musculature de l'oreille et du pharynx (gorge). La circulation sanguine est augmentée et la guérison est provoquée.

Quand l'oreille moyenne commence à répondre mieux, les hautes fréquences peuvent atteindre l'oreille interne et stimuler les cils, ces cellules réceptrices comme du duvet qui se trouvent dans la cochlée. Les personnes souffrant de perte d'audition sensorineurale ont eu des améliorations sensibles ce qui tend à prouver que les hautes fréquences améliorent la fonctionnalité du nerf auditif et des cellules connexes. Dans la plupart des cas, les cils ont été abîmés mais pas détruits et une amélioration sera rendue possible en utilisant les bons stimuli.

Ces doses régulières de sons à hautes fréquences stimulent le cortex du cerveau, permettant à l'énergie latente de se libérer et à de nouveaux circuits cérébraux de se connecter. Le résultat est que vous avez plus d'énergie et de nouvelles aptitudes peuvent émerger.

Les stimuli sonores sont perçus par le cervelet et le système limbique (cerveau moyen) cela veut dire que le son a un effet sur la coordination motrice, notre intégration sensorielle et nos émotions. Beaucoup de désordres neurologiques tels que l'ADD (Déficit d'Attention) et l'épilepsie sont dus à une mauvaise intégration entre les différentes parties du cerveau et de très nombreux témoignages prouvent que la Thérapie par le Son peut soulager ces problèmes.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

De nouvelles études concernant les effets de la méditation indiquent que les centres du cerveau droit, ceux qui sont aussi activés par la Thérapie par le Son, provoquent des sensations de bien-être et d'élévation, permettant d'atteindre paix intérieure et bonheur.

QU'EST-CE QUE ÇA PEUT SOIGNER?

On a pu constater que la Thérapie par le Son pouvait soulager, améliorer, parfois guérir complètement les cas suivants : (les termes sont ceux utilisés par les personnes ayant fait la Thérapie par le Son et qui nous ont écrit)

- Irritabilité, mauvais caractère
- Anxiété
- Confusion auditive (sélection des sons)
- Autisme
- Équilibre
- Oreilles bouchées, spécialement en avion
- Lésions cérébrales
- Syndrome du cocktail – écoute dans un environnement bruyant
- Fatigue chronique
- Douleurs chroniques
- Maîtrise de soi
- Compréhension
- Conceptualisation
- Confusion mentale
- Coordination des mouvements
- Compulsion – tics ou désirs
- Créativité
- Danse
- Dépression
- Développement de nouveaux talents
- Digestion
- Vertiges, tête qui tourne
- Syndrome de Down (trisomie) – écoute, comportement, communication
- Conduite de voiture améliorée
- Dyslexie
- Infection de l'oreille
- Meilleure qualité de vie
- Épilepsie
- Vue
- Attention
- Concentration
- Rêves – souvenir, rêves positifs, en couleur
- Performances sportives (coordination des mouvements, rapidité d'évaluation)
- Maux de tête
- Perte d'audition
- Hémiplégie
- Hypertension
- Hyperactivité
- Paix intérieure
- Insomnie
- Démangeaisons dans les oreilles
- Décalage horaire
- Difficultés d'apprentissage
- Apprentissage des langues étrangères
- Mémoire
- Migraine

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

- Scléroses multiples
- Musicalité de l'oreille
- Cauchemars
- Otosclérose – ostéoporose des os de l'oreille moyenne
- Maladie de Parkinson
- Douleurs fantômes – après une amputation
- Justesse de l'oreille – accorder les pianos
- Posture du corps
- Grossesse
- Parler en public - bégaiement
- Vitesse de lecture - compréhension
- Relations sociales
- Schizophrénie
- Chant – chanter juste
- Sinus – bouchés, infections
- Sommeil plus profond et plus réparateur
- Ronflement
- Vie sociale
- Sensibilité aux sons
- Voix posée – chant
- Récupération après une attaque cérébrale
- Études et passage des examens
- Acouphènes
- Tolérance et patience
- Cérumen
- Perte de poids due à la réduction du stress et à une augmentation de l'énergie.

Surlignez les points que vous aimeriez améliorer, les résultats que vous voudriez obtenir.

Les résultats

Ils sont très variés et très variables d'une personne à l'autre. En lisant le paragraphe précédent et les résultats obtenus par les utilisateurs qui nous ont écrit, vous avez vu ce à quoi vous pouvez vous attendre, mais dites-vous bien que votre expérience à vous sera unique !

Les résultats les plus courants sont :

Réduction du stress : une sensation de calme et qu'on peut gérer n'importe quelle situation facilement.

Plus d'énergie : une vitalité qui vous permettra d'entreprendre de nouvelles activités.

Amélioration du sommeil : plus profond, plus réparateur, la fin des insomnies. Il est même possible de réduire son temps de sommeil de 2 à 3 heures pas nuit.

Communication : un nouveau désir de communiquer avec les autres, facilité de contact et d'élocution.

Audition : la plupart des gens ont des problèmes pour entendre les hautes fréquences, pour faire la discrimination entre le bruit de fond et la conversation qu'on veut suivre, pour faire attention à certains sons. Une amélioration dans ce domaine signifie pouvoir parler avec les autres, apprécier la musique, améliorer ses performances au travail. Que vous ayez une baisse d'audition ou non, l'écoute de la Thérapie par le son peut vous éviter ce problème en maintenant votre oreille en bon état de marche.

Acouphènes : la plupart des personnes qui souffrent d'acouphènes ressentent une amélioration en écoutant le programme de Thérapie par le Son. L'amélioration peut être

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

partielle ou totale, temporaire ou définitive.

Équilibre : vertiges, nausées, mal des transports sont très souvent améliorés, et la coordination des mouvements améliorée.

DIFFICULTÉS D'ADAPTATION

Certaines personnes peuvent éprouver quelques difficultés à s'adapter aux stimulations de la Thérapie par le Son. Nous appelons ça les « crises de guérison » car cela veut dire que votre oreille réagit et donc qu'elle est en train de guérir. Les problèmes les plus courants sont :

Le son est trop discordant
C'est généralement parce que son est trop fort. Mettez le niveau sonore au minimum, à peine audible et ne le remontez pas quand vous êtes dans un environnement bruyant. Faites vos activités habituelles et oubliez la thérapie !

Douleurs dans les oreilles
Il est possible que vous ayez des douleurs dans les oreilles, des courbatures en quelque sorte, parce que vos muscles n'étaient pas habitués à travailler. Comme les courbatures, cela passera en quelques jours. Si les douleurs sont fortes, mettez vos oreilles en vacances quelques jours puis reprenez à petites doses jusqu'à ce que vous puissiez atteindre une écoute de 3 heures sans avoir mal.

Fatigue
C'est une réaction courante et décrite par Patricia Joudry dans son livre. Surtout n'abandonnez pas. Cela veut dire que vos oreilles, votre cerveau, votre système nerveux réagissent et sont en train de s'adapter à la stimulation sonore. Cela veut dire que ça marche ! et que vous allez bientôt être vibrant d'énergie dès que vous aurez dépassé ce cap de votre adaptation.

Tête qui tourne
Comme la Thérapie par le Son stimule le système vestibulaire (la partie de l'oreille qui contrôle l'équilibre) votre sens de l'équilibre peut être momentanément perturbé. Cela peut vous donner la tête qui tourne et parfois même un peu mal au cœur. Cela passe en quelques jours à condition de continuer votre écoute. Mais les personnes qui avaient des vertiges avant de commencer la thérapie éprouveront une amélioration.

MEMO : Notez ici vos problèmes d'adaptation :
Date : _____Description : _____
_____
_____
_____

Résolution du problème :
Date : _____ Description : _____
_____
_____
_____

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Histoire de la Thérapie par le Son

La Thérapie par le Son a été inventée par un le Docteur Alfred Tomatis, spécialiste ORL et pionnier en la matière. Il a développé cette méthode toute sa vie. Il a d'abord travaillé avec des chanteurs qui avaient perdu certaines notes. Il a découvert qu'il pouvait leur faire retrouver les tonalités perdues de leur voix en restaurant les tonalités que leur oreille ne pouvait plus entendre. Il a donc inventé l'Oreille Électronique qui, en alternant les fréquences, permet de stimuler et de réactiver l'oreille de celui qui écoute. Il a ensuite appliqué sa méthode aux enfants ayant des difficultés d'apprentissage, d'élocution ou autistes. Il a aidé des milliers de personnes à améliorer leur audition, leur capacité d'apprentissage et leur possibilité de communication. Il a aussi découvert aussi que lorsque les personnes écoutaient la musique filtrée à hautes fréquences leur niveau d'énergie, de sommeil et de bien-être s'améliorait. Il a établi un réseau de centres Tomatis dans le monde entier.

Dans les années 80, Patricia Joudry a entrepris un traitement selon la méthode Tomatis à Montréal. Compte tenu des résultats extraordinaires qu'elle en a eu, elle a décidé de le développer sous forme de traitement à faire soi-même avec des cassettes et un baladeur. Elle a pu réaliser cela grâce à l'aide de moines bénédictins du Saskatchewan au Canada. Ils utilisaient la méthode Tomatis et désiraient aussi la rendre disponibles au plus grand nombre. Patricia Joudry a écrit un livre appelé ***« La Thérapie Par Le Son Sur Walkman »*** qui expliquait la thérapie et servait de manuel d'utilisation pour faire le programme chez soi. Sa fille, Rafaele Joudry, a créé la société Sound Therapy Australie en 1989, qui est devenue la Sound Therapy International en 2000. Elle a mis à jour le livre originel de Patricia Joudry en ajoutant plusieurs chapitres. Il a été publié en 2000 sous le nom de ***« Sound Therapy : Music to Recharge Your Brain »*** (Thérapie par le Son : Musique pour Recharger Votre Cerveau). Patricia est décédée en 2000, laissant sa fille Rafaele continuer son œuvre. Rafaele a écrit et publié un nouveau livre en 2002 : ***« Triumph Over Tinnitus »*** (Vaincre les Acouphènes). Son troisième livre, ***« Why aren't I Learning ? »*** (Pourquoi j'arrivons pas à apprendre ?), publié en 2004, traite de la Thérapie pour le Son pour les enfants. La société Sound Therapy International offre maintenant des cours pour devenir consultants et a formé plus de 700 praticiens qui offrent les différents types de cassettes dans leurs cabinets. Cours, vidéos, cassettes d'information, programmes de cours par correspondance et manuels sont disponibles. Tout ce matériel éducatif, les cassettes de Thérapie par le Son pour enfants (histoire racontée sur fond musical) et les livres sont disponibles en anglais. La société peut fournir aussi des conférenciers pour participer à des réunions ou des congrès en Australie, Amérique du Nord, France et beaucoup d'autres pays.

LA MUSIQUE

C'est quoi, ce son ?

La plupart des utilisateurs s'habituent assez rapidement au son grinçant de l'Oreille Électronique mais il y en a quand même quelques uns qui nous écrivent en pensant qu'il y a un défaut dans la bande. Le son grinçant que vous entendez'est le son qui vous soigne. Il s'entend nettement plus dans les CD N° 3 et 4 qui contiennent le plus de hautes fréquences.

Si cela vous est trop désagréable, écoutez d'abord les premiers enregistrements pendant quelques semaines puis les suivants d'abord à un volume très bas, et augmentez jusqu'à ce que l'oreille ait suffisamment développé ses capacités à supporter ces sons.

Ce son est du au changements de fréquences de l'Oreille Électronique et fait travailler les muscles de l'oreille interne qui permettent d'entendre.

Bientôt vous n'en aurez plus conscience et effectuerez vos tâches quotidiennes

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

sur ce fond de musique.
Ce son vous rappelle que le but de ce programme n'est pas de vous faire écouter de la musique mais de vous soigner.

La plupart des gens trouvent que c'est très agréable.

CD contre K7 : son analogique et son digital

La Thérapie par le Son a longtemps été faite à partir d'enregistrements originaux analogiques et donc sur K7. A l'époque du digital et des MP3, cela semble anachronique. Mais les enregistrements digitaux (CD) gommaient les effets de la Thérapie donnés par le son grinçant que vous entendez en arrière plan de la musique. Le son analogique conserve la totalité des harmoniques et son impact est complet.
Malgré tout les techniques évoluent et s'améliorent. Il a été trouvé un moyen pour encoder digitalement les hautes fréquences et de faire des enregistrements digitaux ayant conservé les qualités thérapeutiques de l'analogique.

Livres sur la Thérapie par le Son (disponibles en anglais)
Le livre de base pour tout utilisateur de la Thérapie par le Son est celui de Patricia et Rafaele Joudry : Sound Therapy : Music to Recharge your Brain (première partie traduite en français). Ou bien celui de Rafaele Joudry : Triumph Over Tinnitus.

- **Lire l'un de ces livres vous aidera à persister dans l'écoute du programme et à le faire correctement.**
- **Si vous vous posez des questions, vous pouvez sans doute trouver les réponses au fur à mesure dans la traduction de la première partie du livre qui vous a été envoyée avec votre commande.**
- **Ne croyez pas que lire ce guide de l'utilisateur est suffisant. Le livre vous apportera des tas d'informations supplémentaires et nécessaires.**

Quand vous entreprenez l'écoute du programme chez vous, vous devez vous encourager vous-même, et pour cela mieux comprendre tous les bienfaits que vous pouvez en retirer comme le ferai un thérapeute au cours d'un traitement en centre clinique. Ce guide n'est qu'un résumé et ne peut être comparé au livre. (en cours de traduction, il vous sera envoyé gratuitement au fur et à mesure des parutions)

SUPPLEMÉNTS NUTRITIONNELS

Nous oublions à quel point nos oreilles et leur mauvais fonctionnement peut rendre notre vie difficile. En nourrissant vos oreilles vous nourrissez votre système nerveux, votre cerveau, votre tête, les muscles de votre cou, vos organes sensoriels et, par là même, votre capacité à percevoir et à communiquer avec les autres.

Il est très important de prendre nos suppléments nutritionnels pour l'oreille lorsqu'on entreprend une Thérapie par le Son.

Les stimulations données par la musique font fonctionner l'oreille à un niveau auquel elle n'était pas habituée, tant du point de vue musculaire que vibratoire. Si vous ne lui fournissez pas un apport nutritionnel supplémentaire votre oreille va s'épuiser à améliorer ses performances. Les athlètes ont besoin d'une alimentation plus concentrée. Maintenant vous allez devenir des athlètes de l'oreille.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Quels produits et pourquoi ?

À prendre dès le début de la Thérapie par le Son pour améliorer son efficacité :

Prenez des oméga 3 : huile de lin ou graines de lin à broyer dans un moulin à poivre et à mettre sur vos salades (www.griffonia.com) ou de l'huile de périlla (www.symphonat.fr) **et du silicium organique** (www.silicio.org le G5 de Loïc Le Ribault).

Le magnésium marin: plus de 95% de la population adulte est en manque de magnésium. Le magnésium marin est spécifique des problèmes rhinopharyngés. En plus il fait du bien en cas de fatigue. www.biotechnie.fr ou en pharmacie.

Algue alphanizomenum www.isis-garden.com http://www.isis-garden.com/downloads/33/Aphanizomenon%201.pdf
L'algue du lac Klamath http://www.algotonic.com/produits-1.html
Lutte contre l'oxydation des cellules et les radicaux libres;
Elle capte et élimine les métaux lourds, souvent responsable de bien des maux, et favorise la régénération cellulaire. En plus elle renforce les défenses immunitaires et accroît l'énergie physique et mentale.

Vous pouvez y ajouter un **complexe d'oligo-éléments** car nous en manquons tous de façon dramatique : POE N° 18 en 250 ml http://www.bioligo.ch/site2/shop/produits.php?vShopCatID1=20&vPageNum=2&vRechercheID=236#AnRecherche le produit vient de Suisse.

http://vitcnat.free.fr/ , le site de **la vitamine C naturelle** à un prix défiant toute concurrence. Ça ne peut que vous faire du bien. Et en lisant les informations de ce site vous verrez que la vitamine C va beaucoup plus loin que ce que vous pensiez.

À prendre en fonction de vos problèmes spécifiques :

Pour la dégénérescence cérébrale :

La **phosphatidylsérine** (PS) est un constituant essentiel des membranes qui entourent les neurones et elle participe à la fluidité de ces membranes sans laquelle les échanges entre milieux extra et intracellulaires et le parcours de l'information ne sont pas possibles.
PS-Nut : boîte de 60 gélules, 45 euros
DHA-Nut 7/75 (90 capsules 500 mg) : 33 euros
Site : www.griffonia.com

L'Héricium est un champignon qui permet de soigner les problèmes de mémoire, la maladie d'Alzheimer. Il est également bon pour la dégénérescence rétinienne.
www.biochampi@wanadoo.fr

Pour les acouphènes spécifiquement:

www.orient-bimont.com : **Er long zuo ci wan**: médicament chinois spécifique des acouphènes et de la perte d'audition (gamme "expert" - acoumen: la cure de 3 mois 135€)

laboratoire Ipae: 04 75720162 ou 01.69.09.26.64 ils n'ont pas de site internet: aromacoufen, un mélange d'huiles essentielles

Si vous avez beaucoup de patience : **Les bains dérivatifs**. Ce trouble est complexe, mais de nombreux cas ont cédé aux bains dérivatifs, même si c'est long (quelquefois 1 an). En plus ça élimine les graisses au niveau de la « brioche » et de la culotte de cheval, et ça ne coûte rien.
http://soignez-vous.com/2008/05/18/le-bain-derivatif/

Homéopathie :
Prendre de l'Urarthone (sirop homéopathique en pharmacie). Ce sirop est prescrit contre les rhumatismes mais peut se monter efficace contre les acouphènes.
Actea racemosa (en teinture mère) à raison de 15 g matin, midi et soir.
Hypericum perforatum 15 CH à raison de 3 granules 3 fois par jour durant 3 mois et les 3 mois suivants : 5 granules le matin d'ambra grisea 9 ch (sans effets secondaires).
Chinimum sulfuricum 9 CH : 3 granules 3 fois/j

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Hyper activité :

NUT 421, complexe de plantes, de vitamines et de minéraux: Hyperexcitabilité chez certains enfants. Enfants fixant mal leur attention. (Acérola 120mg (à 25% en Vit C naturelle soit 30mg en Vit C) ; Vit B3 15mg; Vit B6 2mg ;Mélisse 40mg ; Angélique 40mg ; Marjolaine 40mg ; Gluconate de Zn 15mg (14,35% de Zn soit 2,15mg de Zn).
Jusqu'à 6 ans, 1 à 2 gel. Au-dessus, 1 à 3 gél. A commander par téléphone :04-67-29-64-25
http://www.phytofrance.com/produits_nouveaux/Complexes.pdf

Grande fatigue :
Au cours de la thérapie, il arrive un moment où vous ressentez une grande fatigue. C'est normal, cela prouve que votre oreille est en train de s'ouvrir. Pour éviter ces inconvénients vous pouvez prendre avant de la ressentir :

www.nutrilys.com cure marine : **Poudre de chair d'huîtres d'Irlande**. Un cocktail naturel anti-fatigue. Complément nutritionnel riche en minéraux et oligo-éléments marins.

www.aromalia.fr 16 (fatigue nerveuse)

www.herbonature.com : **l'élixir de sainte Rita** (patronne des causes désespérées) : Fatigue Physique, intellectuelle - Stress - Emotion - Drainage - Harmonisation des énergies.

www.parabolic.be **Para immuno** aide les personnes fatiguées, en état de faiblesse ou qui ont des coups de bluà retrouver la forme. Les produits de la ruche ont été choisis avec soin d'après les dernières recherches scientifiques.

http://vitcnat.free.fr/ et encore un peu de vitamine C !

Stress et dépression :

www.aromalia.fr , aromanutrients N° 6 (stress) et N°12 (stress oxydatif),

www.parabolic.be **Para migra** Combat le stress, la nervosité et les problèmes de têtes lourdes.

www.sofibio.com **calmium** pour votre sommeil et votre équilibre nerveux
http://www.sofibio.com/Produits/LaboratoireSofibio/tabid/172/CategoryID/1/ProductID/1/Default.aspx
ou **chlorophyllum** car l'équilibre digestif revêt une importance capitale pour la santé et le bien-être de l'organisme dans sa globalité.
http://www.sofibio.com/Produits/LaboratoireSofibio/tabid/172/CategoryID/3/ProductID/37/Default.aspx

http://www.mycoceutix.com agaricus blazei appelé au Japon Hinematsutake c'est-à-dire Princesse des champignons. Augmente les défenses immunitaires. Considéré comme permettant de réduire certains cancers.

http://vitcnat.free.fr/ et toujours la vitamine C !

Les conseils d'Hélène :

Acupressure : prendre les bords cartilagineux des 2 oreilles entre les index et les pouces et presser du haut vers le bas, jusqu'aux lobes, puis du bas vers le haut. Presser ensuite avec le majeur l'endroit où le lobe de l'oreille s'attache au visage, puis devant le petit bourrelet de l'oreille et à la naissance du rebord supérieur de l'oreille.

Placer l'index et le médius de chaque côté de l'oreille (en V) et frotter énergiquement pour améliorer la circulation sanguine.

Aromathérapie : Améliorez ce dernier massage avec des huiles essentielles, quelques gouttes au bout des doigts :

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Pour les problèmes auditifs en général et les acouphènes en particulier :

Vous pouvez préparer vous-même un mélange d'huile essentielle d'estragon et d'huile végétale, moitié moitié. Appliquez matin et soir.

Deuxième mélange : huile essentielle de lentisque pistachier, 1 goutte, + huile essentielle de cyprès, 2 gouttes, + 10 ml d'huile végétale de calophylle. Appliquez matin et soir pendant 10 jours.

Pour le stress : massez le plexus solaire avec 3 ou 4 gouttes d'huile essentielle de Camomille Romaine, ainsi que la face interne des poignets, la plante des pieds et le long de la colonne vertébrale. Buvez des infusions de thym ou/et de romarin avant le coucher.

Pour la fatigue : respirez directement ou mettez sur un mouchoir quelques gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée. Massez la colonne vertébrale avec une dizaine de gouttes de Ravintsara (attention au nom : pas la ravintsara aromatica ou la ravintsara anisata) matin et soir. Ou encore de l'huile essentielle d'Origan Compact, 3 gouttes sur le thorax, 3 gouttes sur le haut du dos 2 à 3 fois par jour pendant 3 semaines. Arrêtez et reprenez au bout d'une semaine si nécessaire.

Tous les sites cités sont recommandés par des médecins de médecine naturelle. Les posologies sont données par ces mêmes médecins.

Avant d'utiliser les huiles essentielles, faites un test d'allergie dans le creux du bras. Ne jamais utiliser les huiles essentielles sur les enfants de moins de 3 ans et les femmes enceintes ou allaitantes.

Si vous suivez d'autres traitements, le mieux est de demander à un médecin de médecine naturelle si les indications données sont compatibles avec votre traitement en cours.

N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions.

Qu'est-ce que vous pouvez en attendre ?

Les personnes qui ont pris ces suppléments nous ont dit avoir obtenu une amélioration de leur audition, acouphènes, digestion, sommeil, douleurs articulaires, problèmes de peau, énergie, maux de tête, concentration, et encore bien d'autres.

Cela prend combien de temps ?

Nous vous recommandons de prendre ces suppléments pendant au moins les 3 premiers mois d'écoute de votre programme de Thérapie par le Son. Il faut toujours un certain temps pour rénover ce qui a été abîmé pendant des années et en voir les effets.
Si vous voulez continuer à utiliser ces produits régulièrement, contactez-nous afin de vous inscrire au Club et bénéficier des prix de gros.

Malheureusement le gouvernement français ayant une grande réticence envers les compléments alimentaires, il est impossible de trouver ces nutriments en France. Vous pourrez les trouver sur internet mais vous risquez d'être obligé de payer des taxes douanières prohibitives. Prenez des vitamines, des anti-oxydants, des oligo-éléments homéopatiques.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Ils ont fait le programme d'écoute !

Voici un florilège des remarques que nous ont adressé les utilisateurs de la Thérapie. Voyez aussi les témoignages sur notre site, www.therapie-par-le-son.com/témoignages.htm

- Non seulement la Thérapie par le Son a amélioré mon audition mais aussi ma confiance en moi pour prendre la parole.
- J'ai une amélioration importante de mon audition et j'ai besoin de mettre le volume de mon Walkman™ moins fort. Et le plus important de tout pour un musicien : mon oreille est plus juste.
- Notre fils a une nette amélioration en lecture depuis qu'il fait la Thérapie par le Son il y a deux mois. Il dit que beaucoup de gens maintenant ne peuvent pas savoir qu'il est dyslexique. Son grand-père dit que c'est comme si un réveil avait sonné dans sa tête et qu'il se soit enfin réveillé.
- Je souffre de Scléroses Multiples et la Thérapie par le Son m'a littéralement sauvé la vie en stabilisant mon énergie. Mes maux de tête ont aussi disparus.
- Après 16 ans de douleurs fantômes constantes suite à une amputation de ma jambe droite à cause d'un accident de voiture, j'ai enfin trouvé la réponse. C'est comme un miracle.
- Mes acouphènes que le docteur disait incurables ont disparues après quelques semaines d'écoute 3 heures par jour.
- Mon mari a souffert pendant des années de maux de tête qui duraient parfois plusieurs jours. Après une ou deux semaines de Thérapie par le Son, ses maux de tête ont disparu.
- Cela m'a aidé à faire baisser ma tension et à me donner de l'énergie.
- J'ai la maladie de Parkinson et je pense que la Thérapie par le Son l'améliore en diminuant le stress causé par la maladie.
- La Thérapie par le Son marche merveilleusement pour la dépression, elle m'a redonné la force d'assumer mes tâches quotidiennes.
- J'ai remarqué un changement étonnant dans la façon de parler de mon enfant. Il fait des phrases plus longues avec plus de détails… je suis convaincue que la Thérapie par le Son, ÇA MARCHE vraiment !
- J'ai complètement récupéré mon équilibre qui était instable depuis une opération de l'oreille il y a 30 ans. C'est merveilleux pour moi et ma famille.
- Me promener en ville n'est plus épuisant comme ça l'était autrefois.
- Ces 3 derniers mois, j'ai réalisé que mon audition c'était améliorée et que je pouvais entendre sans appareil.
- Cela m'a été confirmé par l'otorhyno qui m'a examiné récemment, j'ai maintenant l'oreille d'une femme de 40 ans – et j'en ai 87.
- **Maintenant je peux entendre le chant des oiseaux sans appareil !**
- Après moins de 60 heures d'écoute j'ai réalisé que j'entendais de nouveaux sons.
- Maintenant j'ai une conscience aiguë des sons, de tous les sons, je peux entendre ma voix et la contrôler. Je peux maintenant monter et descendre l'octave facilement.
- Quand il reçoit l'énergie nécessaire, le corps peut fonctionner avec peu de

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

sommeil. J'ai toujours eu besoin de 8 heures de sommeil profond. Maintenant je peux me réveiller la nuit après 3 ou 4 heures de sommeil, ouvrir mes yeux et me sentir dispo, prêt à commencer mes activités de la journée.

- Je suis toujours plein d'énergie. Si je commence à me sentir fatigué, il suffit que je m'allonge quelques minutes avec la musique pour me sentir de nouveau calme, rafraîchi et prêt à continuer.
- Jamais je ne m'arrêterai ! Cela peut sembler un peu extrême, mais c'est comme ça que je le sens. J'ai toujours envie de l'écouter.
- Mon docteur m'avait dit que j'avais le syndrome de Menière. Maintenant après 4 mois, je n'ai plus la tête qui tourne et la sonnerie dans mon oreille gauche a disparue.
- Quelques fois j'ai l'impression que je vais avoir des vertiges, je mets la musique et ça passe.
- Je ne me traîne plus et je ne suis plus fatiguée comme avant. Je peux me coucher tard et me lever tôt sans problème.
- J'arrive même à parler aux gens, - je ne suis plus si timide. C'est comme une nouvelle vie.
- Depuis que j'ai ressenti l'effet de la Thérapie par le Son je ne sais plus ce que c'est que l'anxiété.
- Même dans les moments de grande tension, je me sens calme à l'intérieur, une tranquillité qui me permet de passer par-dessus le stress.
- Je me réveille profondément reposée, avec une énergie qui dure tout au long de ma longue journée.
- Je ne commence jamais à écrire sans elle car elle me donne de l'imagination.
- Cette thérapie était chouette et je fais plus attention à l'école. Je me réveille plus facilement le matin, ma mère n'a plus besoin de m'appeler. Je n'ai plus jamais besoin de demander qu'on répète les questions : je comprends du premier coup.
- Je n'ai plus de maux de tête et suis plus active.
- J'ai besoin de moins de sommeil et je parle de façon plus claire.
- Cela m'a rendue plus calme et détendue.
- Je dors mieux et me réveille plus facilement et de meilleure humeur.
- J'apprends plus facilement pour préparer mes examens. Finalement j'aime bien la musique classique.
- L'écoute a un effet boule de neige sur ma capacité à faire attention, je suis dans ce que je fais avec beaucoup plus d'intensité.
- J'arrive même à faire des mots croisés, ce que je n'ai jamais pu faire avant.
- Peu à peu je deviens plus sociable et je trouve les autres sympathiques.
- Je chante des folksongs pour mon plaisir et j'ai remarqué que je faisais moins de fausses notes.
- Quand je parle, ma voix, que je n'aimais pas jusqu'à récemment, devient peut à peu plus chaude, vibrante et mieux contrôlée.
- Avant ça me prenait des heures pour m'endormir. Maintenant, 10 minutes !
- L'effet le plus fort a été sur ma tension. Après environ 2 mois d'écoute des K7 sur un Sony Walkman™, mon hypertension a commencé à baisser. Mon docteur était ahuri ! il a maintenant supprimé mes médicaments.
- Mon mari a commencé la Thérapie par le Son et pour commencer, il a arrêté de ronfler !
- A notre grand étonnement la chienne s'est assise et a écouté sans arrêt parfaitement calme. Quand on lui met une autre musique, elle enlève les écouteurs avec ses pattes.
- Sa façon de se tenir s'est améliorée. Il avait l'habitude de marcher très voûté. Il est plus relaxé ; il parle plus souvent et plus clairement. Avant il parlait très bas et articulait très mal.
- Après 3 semaines de la Thérapie par le Son, le bourdonnement dans mon oreille a commencé à diminuer et en même temps j'ai commencé à entendre mieux. Un jour j'ai senti comme un petit tremblement de terre dans le fond de mon oreille. Depuis j'entends tellement bien que je n'ai plus besoin de mon appareil.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

- Je dors mieux et j'ai besoin de beaucoup moins de sommeil.
- Je peux beaucoup mieux faire face à des situations stressantes. En fait je me sens beaucoup mieux dans tous les domaines.
- la Thérapie par le Son a transformé ma vie !
- je suis professeur de piano à l'université de Morehead. Je dois vous dire que ma façon de jouer a changée et que j'adore ça. J'ai l'impression que ma façon d'entendre la dernière note jouée modifie la façon dont je joue la suivante. Et je n'ai même pas encore fait la Thérapie par le Son en entier.
- Ma façon de me tenir a été transformée et j'ai enfin de vraies épaules. Cela se retrouve dans ma façon de jouer car les épaules sont très importantes quand on joue du piano.
- Mes sautes d'humeur sont faibles et sans problème. J'ai l'impression que je suis enfin moi-même pour la première fois de ma vie.
- Le lendemain je me suis réveillée comme si j'étais une autre, tellement pleine d'énergie que je ne savais plus par quoi commencer. C'est nouveau pour moi et je n'arrive pas à y croire.
- Pour la première fois, je peux m'allonger et dormir sans prendre mes pilules.
- J'ai découvert que je n'avais plus besoin de prendre mes laxatifs comme je le faisais depuis que j'ai été opérée à l'age de 7 ans.
- Ma mémoire est revenue, mes pensées sont plus claires et j'écris mieux.
- La K7 de poèmes pour les enfants a été un don du ciel pour mes élèves appareillés.
- Leur durée d'attention a beaucoup augmenté depuis qu'ils écoutent régulièrement la bande.
- En particulier je peux témoigner que dans la semaine qui a suivi mon début d'écoute de la première bande, j'ai été capable d'écrire toute l'intrigue d'un roman.
- L'amélioration – aussi bien de ma patience que de ma capacité à écouter et à être en empathie avec mes étudiants, moins d'anxiété, de dépression, de fatigue – a été constante et je suis totalement enthousiaste quant à la Thérapie par le Son.
- J'ai obtenu quelques très beaux résultats en utilisant les bandes : beaucoup d'énergie, besoin de moins de sommeil, moins de sautes d'humeur, plus de concentration dans ce que je fais, et j'ai remarqué que ma voix avait de nouvelles tonalités.
- Je suis stupéfait du pouvoir de cette méthode. Après seulement 6 heures j'étais très en forme et je jouais mieux au tennis.
- J'avais écouté pendant environ 100 heures quand je me suis aperçue que l'acouphène dans mon oreille droite avait cessé.
- J'ai remarqué une amélioration significative dans l'écoute de mon oreille gauche qui entendait très mal depuis 3 ans.
- J'en ai les larmes aux yeux de gratitude, cette nouvelle vie rendue possible par cette merveilleuse thérapie. Je peux maintenant entendre le timbre de ma propre voix quand je chante avec les autres, et entendre les chants d'oiseaux dans le parc. J'utilise mon appareil de moins en moins.
- Je ne me sépare jamais de mon Walkman™. Pour moi c'est la plus grande invention depuis celle de la roue.
- Je ne souffre plus de cette dépression périodique qui m'accablait.
- Après 200 heures d'écoute journalière j'ai commencé à remarquer des changements, mes maux de tête ont diminué, la fatigue s'est effacée, moins besoin de sommeil. Mes douleurs de dos et d'épaule ont diminué, je me tiens mieux, je sais d'où vient le son, j'ai un meilleur équilibre et j'entends mieux.
- Une des améliorations que j'ai remarquées c'est la corrélation entre la résonance de ma voix et mes oreilles. Quand vous entendez mieux, vous parlez mieux.
- Mes bourdonnements d'oreille (d'ailleurs aggravés par une opération) sont maintenant réduits à zéro. Maintenant je peux aller dans des endroits bruyants et participer à des conversations.
- Mes problèmes de sinus se sont améliorés, je dirais à 80%.
- Les trompes d'Eustache sont mieux à 50%.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

- D'une façon générale, mon audition s'est améliorée. Tous les sons sont plus clairs. Chez le dentiste le « nouveau » son de la roulette me rend presque heureuse.
- Chant : pendant les promenades au grand air, il y a maintenant de nouveau un « espace de résonance » dans ma tête, je chante juste et je peux corriger mes fausses notes.
- Un sommeil profond et réparateur. J'ai besoin de 1 à 2 heures de moins.
- J'ai l'impression que j'ai plus d'énergie. C'est plus facile de commencer les choses et de les faire jusqu'au bout.
- Ma mémoire s'est un peu améliorée. Les paroles de vieilles chansons me reviennent et c'est beaucoup plus facile de faire un numéro de téléphone.
- J'ai décidé de m'y mettre et j'ai eu la surprise 6 semaines après de découvrir un dimanche matin que je pouvais chanter de nouveau.
- J'ai lu le livre d'un trait et j'ai été tellement impressionnée que j'ai tout de suite acheté les cassettes. Je ne le dirai jamais assez, ces quelques centaines de dollars sont le meilleur investissement que j'ai jamais fait pour ma santé.
- Quelques mois plus tard, mes bourdonnements d'oreilles, mon orthographe capricieuse et mes maux de tête avaient complètement disparu. Moi qui avait besoin de 8 à 9 heures de sommeil par nuit, je suis plein d'énergie après 7 seulement… et même quelques fois après 5 ou 6.
- C'était mon quatrième voyage en avion d'Australie pour Rome et j'étais en pleine forme en sortant de l'avion et en traversant l'aérodrome. Jamais je ne voyagerai sans mes cassettes.
- Quand je suis fatiguée, j'écoute mes bandes et je me sens « re-chargée ».
- Merci beaucoup pour avoir rendu cette Thérapie par le Son disponible !
- Ma sensation de bien-être s'est beaucoup améliorée. Je ne savais pas à quel point j'étai mal dans ma peau et stressé jusqu'à ce que je sache ce que c'était que de se sentir bien et d'avoir un meilleur équilibre émotionnel.
- Travaillant par roulement dans une profession médicale, j'ai pu remarquer une amélioration du sommeil et de ma capacité de récupération.
- C'est pas seulement que j'étais moins fatigué, j'étais plus fatigué du tout et j'avais de l'énergie à revendre. Du coup je trouve que mon travail est plus intéressant et ma vie s'en ressent mieux.
- Puis j'ai ressenti un meilleur sens de l'équilibre et de la proprioception. Pas seulement mon esprit mais aussi mon cerveau était plus clair.
- Je me suis mise à dormir comme un bébé, plus du tout stressée. Et j'ai l'impression que je peux tirer de l'énergie de tous les sons et pas seulement de la Thérapie par le Son. Je suis pleine d'énergie !
- La Thérapie par le Son, ça permet d'augmenter ses performances, d'augmenter sa vie.
- Après 3 jours, j'ai eu une énergie et une clarté d'esprit que je n'avais pas eu depuis mon entrée à l'université il y a longtemps.
- Il y a eu tout de suite une amélioration des relations familiales.
- J'ai commencé à avoir des rêves pleins de vie et de bonheur, des rêves d'enfant purs et clairs : je faisais de la voile en croisière aux Caraïbes, je volais dans les airs de Hawaï à Tahiti…
- Je pense mieux, je dors mieux, j'écris mieux et je n'ai qu'une envie : faire partager cette expérience de la Thérapie par le Son à tous mes patients – en particulier les femmes enceintes et les enfants en échec scolaire.
- C'est incroyable comme les K7 marchent quand on voyage. Un voyage qui me laissait groggy, j'en sors maintenant en forme. C'est vraiment une solution pour le décalage horaire.
- Je suis plus positive, plus brillante, je n'ai plus se sentiment de désespoir, que je ne suis pas à la hauteur.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Nous sommes là pour vous aider !

Si vous avez des difficultés à faire votre programme de Thérapie par le Son ou avec les changements que cela provoque, il est important que vous receviez l'aide dont vous avez besoin.
Parfois la Thérapie par le Son peut provoquer la résurgence d'émotions enfouies au plus profond de vous-même et provoquer des changements inattendus.
Si cela vous arrive, vous pouvez ressentir le besoin d'en parler avec un conseiller ou un thérapeute afin de vous aider à intégrer ce changement.
Considérez cela comme un aspect positif et soyez sûr que nous vous apporterons tout le soutien nécessaire. Vous pouvez aussi décider de voir un médecin de médecine physique ou tout autre médecin pour vous aider à faire face aux changements que vous apporte la Thérapie par le Son.
Il peut être très bénéfique de pratiquer d'autres thérapies en même temps que la Thérapie par le Son.

Si vous avez acheté votre programme chez l'un de nos consultants indépendants, cette personne sera à même de vous aider et de répondre à vos questions ou à vos préoccupations. Notre but est de vous faire obtenir le maximum de bénéfices de votre programme d'écoute.

Les niveaux avancés pour optimiser vos résultats.

Après 3 mois soit environ 300 heures d'écoute (pour les adultes) vous pouvez continuer avec les programmes de niveau supérieur. Vous pouvez même commencer plus tôt si votre oreille s'est déjà ouverte, si vous avez ressenti l'augmentation d'énergie ou de vos capacités mentales. Vous pouvez aussi attendre plus longtemps pour faire les programmes suivants. Mais 3 mois est généralement le bon moment. Certaines personnes ont perçu un changement significatif en commençant le programme avancé, changement aussi grand ou même plus important qu'avec le Basic Kit.

« Full Spectrum » est le programme généralement recommandé pour le deuxième niveau d'écoute. Mais il y en a beaucoup d'autres. Voir en fin de document.

Les programmes spéciaux pour les enfants (indisponibles en français; ces programmes comportent des histoires lues sur un fond de musique.)

La Thérapie par le Son peut être une aide appréciable dans le développement de l'oreille et du cerveau. Grâce à elle, vous pouvez améliorer le potentiel de votre enfant.

Un enfant peut écouter la Thérapie par le Son dès qu'il est en âge de porter des écouteurs, généralement aux environ de 3 ans.
Avant vous pouvez mettre les baffles de chaque côté du berceau et lui faire écouter le soir.

La Thérapie par le Son peut exercer et donner de la force aux muscles de l'oreille de votre enfant et stimuler les connections entre les différentes parties de son cerveau. Cela lui permettra d'entendre et d'apprendre plus facilement.
Il y a toute une gamme de CD de musique et de contes pour enfants selon leur âge ce qui vous permet de trouver ce qui convient le mieux à votre famille. Pour plus d'information lire le livret : « ***Listening helps learning*** » (Écouter aide à apprendre) ou le livre « ***Why aren't I learning ?*** » (Pourquoi j'apprenons pas ?) (disponibles en anglais). Parlez-en avec votre consultant.

Votre enfant peut faire la thérapie avec le Basic Kit pendant que vous lui lisez une histoire.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Notez vos progrès

Nous vous avons préparé des feuilles pour noter vos progrès et vos résultats en fin de document. Pour nous permettre de progresser dans nos recherches, pourriez-vous nous en envoyer une copie après 3 ou 6 mois d'écoute, ou lorsque vous avez constaté un progrès important.
Si plusieurs membres de la famille font la Thérapie par le Son, faites en des copies pour chacun. Tenir un journal de votre thérapie vous permettra de mieux faire attention aux changements et vous encouragera à continuer.

PROFIL DE L'UTILISATEUR

Le but des questions ci-dessous est de vous aider à identifier les points important qui vous concernent. Cela vous permettra de déterminer dans quels domaines la Thérapie par le Son pourra le plus vous aider, quels sont les points qui vous concernent le plus et dans lesquels vous devriez avoir le plus d'amélioration.

EXEMPLE	Groupe	Y/Tout le temps	souvent	De tps en tps	N/Rarement jamais
Entourez le nombre correspondant à votre réponse					
Avez-vous une perte d'audition ?	A	3	2	1	0
Demandez-vous souvent au gens de répéter ?	A	3	2	1	0
Vous sentez –vous exclu(e) d'une conversation Parce que vous n'entendez pas	A	3	2	1	0
Avez-vous été régulièrement exposé à des bruits très forts (machines / sports/ …) ?	A	3	2	1	0
Avez-vous eu de nombreuses otites ou infections dans les oreilles ?	A	3	2	1	0
Sub Total : faites la somme de chaque colonne	#####	**6**	**4**	**1**	#####
Total : additionner le total des 3 colonnes	**TOTAL POUR « A »**		**11**		

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Déterminez votre profil

Nom : _____ Date : _____

Thérapie par le Son Basic Kit Entourer le nombre correspondant à la réponse				
A – Fonctionnement de l'oreille	Oui	Souvent	Parfois	Jamais
Avez-vous une perte d'audition ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Demandez-vous souvent au gens de répéter ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Vous sentez –vous exclu(e) d'une conversation parce que vous n'entendez pas?	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous été régulièrement exposé à des bruits très forts (machines / sports/ …)?	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous eu de nombreuses otites ou infections dans les oreilles ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous des acouphènes (bourdonnements, sonneries, bruits divers)?	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous des problèmes d'équilibre liés à l'oreille, des vertiges, la tête qui tourne ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que certains bruits forts, ou certains bruits, vous sont pénibles ou désagréables?	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous du mal à vous concentrer ou à suivre une conversation dans un environnement bruyant.?	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous des difficultés à entendre certaines fréquences ou à chanter dans le bon ton ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Utilisez-vous un appareil auditif?	**3**	**2**	**1**	**0**
Sous-Total: Faites le total des points de chaque colonne				
TOTAL A:				

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Thérapie par le Son Basic Kit Entourer le nombre correspondant à la réponse				
B – Stress et Energie	Oui	Souvent	Parfois	Jamais
Avez-vous souvent des problèmes de sommeil ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que ces problèmes affectent votre énergie pendant la journée ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous rentrez chez vous le soir trop fatigué(e) pour faire ce que vous voudriez faire ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que, à une autre époque vous aviez beaucoup plus d'énergie?	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous aimez aller à des concerts où il y a beaucoup de bruit, écouter de la musique fort ?	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous sentez que vous pourriez plus récupérer pendant votre sommeil ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que les environnements bruyants vous stressent ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous vous plaignez d'être fatigué(e) ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Sous-Total: Faites le total des points de chaque colonne				
TOTAL B:				

Thérapie par le Son Basic Kit Entourer le nombre correspondant à la réponse				
C – Développement Personnel	Oui	Souvent	Parfois	Jamais
Est-ce que vous avez déjà fait des programmes de développement personnel pour vous sentir mieux ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous êtes capable de passer la plus grande partie de votre temps dans un environnement calme et tranquille ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous plein d'énergie pour faire ce que vous voulez faire ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous vous sentez bien reposé(e) et plein(e) d'énergie le matin au réveil ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous aimez communiquer et trouvez que parler est le moyen le plus agréable de communiquer avec les autres ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Sous-Total: Faites le total des points de chaque colonne				
TOTAL C:				

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Thérapie par le Son Basic Kit Entourer le nombre correspondant à la réponse				
D – Circuits Auditifs et Cérébraux	Oui	Souvent	Parfois	Jamais
Est-ce que vous avez du mal à mettre des mots sur vos idées ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous avez du mal à écouter ce que les gens disent ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vous vous sentez coupé(e) des autres à cause de problèmes de langage ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous du mal à prononcer les mots ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous des difficultés à apprendre une nouvelle langue ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que ces difficultés de communication affectent votre vie sociale ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que ces difficultés de communication affectent votre travail, votre choix de carrière ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous une mauvaise mémoire et du mal à vous concentrer ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Avez-vous des difficultés d'apprentissage et d'audition ?? (si « non » sautez les questions suivantes)	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que vos performances scolaires sont ou ont été affectées par cela ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que cela affecte votre vie sociale ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que cela vous a empêché de faire des choses que vous aviez vraiment envie de faire ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Est-ce que votre vie serait très différente si vous aviez pu apprendre plus facilement ??	**3**	**2**	**1**	**0**
Sous-Total: Faites le total des points de chaque colonne				
TOTAL D:				
	A	**B**	**C**	**D**
Inscrivez les totaux pour chaque groupe				

Page suivante, lisez le résultat qui correspond à la lettre pour laquelle vous avez obtenu le plus de points.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Votre résultat

A –

Vos réponses montrent que vous avez peut-être eu l'oreille endommagée. Cela peut affecter votre communication et votre vie de tous les jours dans bien des cas. L'oreille est un mécanisme fragile qui peut être facilement endommagée par le bruit, la maladie, un accident, trop de produits chimiques ou une mauvaise alimentation. Cependant les expériences menées avec la Thérapie par le Son ont montré qu'on pouvait améliorer le fonctionnement de l'oreille, en suivant le bon traitement. Si l'oreille est très endommagée cela peut prendre des mois, voire des années, avant que la guérison ne soit complète. Mais de même que des muscles endommagés peuvent récupérer leur force et leur fonctionnement avec la rééducation, les muscles de l'oreille peuvent retrouver leur fonction avec l'entraînement approprié. Ceux qui ont des problèmes légers pourront remarquer une amélioration au bout de quelques semaines ou mois. Les bienfaits de l la Thérapie par le Son pourront être amplifiés en prenant les compléments nutritionnels pour l'oreille ou en pratiquant des exercices de relaxation ou de développement personnel. Les oreilles ont besoin de hautes fréquences douces et d'une alimentation appropriée pour bien fonctionner. Comme tous les autres muscles du corps, les muscles de l'oreille ont aussi besoin d'exercice. la Thérapie par le Son améliore le fonctionnement de l'oreille de plusieurs façons, en renforçant les muscles de l'oreille, en stimulant les cellules sensorielles (les cils) de l'oreille interne, en équilibrant la pression dans les chambres de l'oreilles et en stimulant les circuits auditifs à l'intérieur du cerveau. Les oreilles endommagées doivent être traitées au plus tôt pour éviter l'aggravation des problèmes. la Thérapie par le Son peut, en rétablissant l'oreille dans son tôle, améliorer votre vie sociale et professionnelle. Après avoir écouté le Basic Kit pendant approximativement 3 mois, vous pouvez souhaiter aller un cran plus loin dans la stimulation de votre oreille en utilisant ***« Full Spectrum »*** ou bien ***« Hearing Issues Kit »***.

B :

Vous êtes un meneur qui aime mener à bien ses réalisations et remplir ses responsabilités. Vos réponses indiquent que vous souffrez de stress qui est peut-être du à un environnement bruyant et un manque de stimulation cérébrale. Le Docteur Tomatis a découvert que les basses fréquences pompent l'énergie du cerveau et rendent la concentration et la relaxation difficiles. Cela peut, à la fin, affecter votre audition, vos fonctions cérébrales et votre tolérance au stress. Votre cerveau a besoin de sons à hautes fréquences pour se recharger en énergie et être capable de faire face qu stress. En incorporant la Thérapie par le Son dans votre style de vie, vous pouvez découvrir que vous pouvez continuer à fonctionner avec efficacité en étant rechargé et revitalisé au lieu d'être fatigué et stressé. Quand vous aurez refait le plein d'énergie avec la Thérapie par le Son, c'est-à-dire approximativement en 3 mois d'écoute, vous pourrez passer à l'étape suivante, « Full Spectrum », « deep Peace » ou « Ultimate Energy Kit ».

C :

Vos réponses montrent que vous avez un bon style de vie et que votre oreille fonctionne bien. Vous ne semblez pas avoir de problèmes majeurs dans le domaine de l'audition, de l'énergie ou du fonctionnement de votre cerveau. Cependant nous sommes tous plus ou moins affectés par notre environnement bruyant. Selon le Docteur Tomatis, le cerveau a besoin de 2 milliards de stimuli par seconde pendant au moins 3 heures par jour pour pouvoir fonctionner à notre maximum. En tant que personne qui prend soin de sa santé, vous souhaitez sans doute maintenir vos performances au niveau optimum et utiliser pleinement utiliser les ressources de votre cerveau. La Thérapie par le Son vous donnera ce « plus ». Vous verrez qu'en écoutant la Thérapie par le Son vous améliorerez votre créativité, votre mémoire, la qualité de votre sommeil et réduirez le temps passé à dormir. Après avoir écouté le Basic Kit vous pouvez continuer avec ***« Full Spectrum »*** ou un autre de nos programmes avancés.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

D :

Vos réponses montrent que vous pouvez avoir des difficultés avec votre processus auditif ou avec la différenciation des sons. Cela ne veux pas dire que vous ayez un problème d'audition mais que lorsque les sons arrivent dans votre cerveau, celui-ci a des difficultés à les trier et à les organiser. Cela peut affecter votre communication, votre façon de parler et votre capacité à étudier et apprendre. La cause peut être : des facteurs génétiques, une pollution de votre environnement ou une détérioration de votre oreille. La Thérapie par le Son a la possibilité d'améliorer les connections entre vos oreilles et votre cerveau, et entre les différentes parties de votre cerveau. Cela veut dire que votre élocution peut devenir plus facile. Vous pourrez alors remarquer que vous lisez plus facilement, que votre orthographe s'améliore ainsi que votre compréhension, votre capacité à écouter, à être attentif, à mémoriser ou à coordonner vos mouvements. La Thérapie par le Son peut vous rendre la vie quotidienne plus facile et vous permettre de mener à bien vos études et vous améliorer dans tout autre domaine où il faut utiliser le langage. Après avoir utilisé le Basic Kit pendant 3 mois vous pouvez souhaiter continuer avec ***« Full Spectrum »*** ou l'un quelconque de nos niveaux avancés. Les suppléments pour les oreilles et le cerveau peuvent aussi vous permettre d'améliorer vos fonctions auditives et mentales.

Attention !

Ceci est un simple test. Ce n'est pas un diagnostique et cela ne remplace pas une consultation médicale. C'est un simple guide sur les effets possibles du programme d'écoute de la Thérapie par le Son. Pour avoir un diagnostique spécifique concernant votre problème ou votre maladie, veuillez consulter un docteur ou un professionnel de santé qualifié.

ORGANISATION DE VOTRE ÉCOUTE

Réponses : pas du tout = 0 un peu = 1 moyennement = 2 beaucoup = 3

Écrivez le nombre correspondant à votre réponse

Êtes vous sensible aux bruits forts ? _____

Êtes vous sensible à des sons ou des

fréquences en particulier ? _____

Est-ce que vous sentez mal quand il y a du bruit ? _____

Êtes-vous stressé(e) ? _____

Est-ce que le stress influence votre sommeil ? _____

Avez-vous de temps en temps la tête qui tourne ? _____

Avez-vous des acouphènes (bourdonnements d'oreille) _____

Quel est votre état général ?

Mauvais = 3 Moyen = 2 Bon = 1 Excellent = 0 _____

Quel est votre niveau d'activité ?

Mauvais = 3 Moyen = 2 Bon = 1 Excellent = 0 _____

TOTAL _____

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Les programmes suivant sont des suggestions pour vous aider à introduire peu à peu les bandes qui sont très filtrées dans votre écoute, de la façon qui vous convient le mieux en fonction de la condition de votre oreille. Naturellement ce programme peut être modifié en fonction de vos propres remarques ou des recommandations de votre consultant.

Sensible : 15 ou plus

Semaines 1 et 2 : CD N° 1, deux fois par jour

Semaines 3 et 4 : CD N° 2, deux fois par jour

Semaines 5 et 6 : CD N° 1 et N° 3, 1 fois par jour chacune

Semaines 7 et 8 : CD N° 2 et N° 4, 1 fois par jour chacune

Ensuite : en alternance : jour 1 : CD N°1 et N°3

jour 2 : CD N° 2 et N°4

Si vous avez des réactions désagréables, prenez contact avec votre consultant pour modifier le programme.

Si vous vous êtes bien adapté ou si vous voulez avoir des résultats encore plus importants, voyez les programmes avancés de Thérapie par le Son.

Modéré : de 6 à 14

Semaine 1 : CD N° 1, 1 à 3 fois par jour

Semaine 2 : CD N° 1 et 2, en alternance, 3 heures par jour ou plus

Semaine 3 : CD N° 1, 2 et 3, en alternance, une fois par jour

Semaine 4 : CD N° 2, 3 et 4, en alternance, une fois par jour

Ensuite : écouter 2 CD différents chaque jour en alternance.

Si vous avez des réactions désagréables, prenez contact avec votre consultant pour modifier le programme.

Si vous vous êtes bien adapté ou si vous voulez avoir des résultats encore plus importants, voyez les programmes avancés de Thérapie par le Son.

Grande forme : 5 et en dessous

Semaine 1 : CD N° 1, 2 et 3, une fois par jour

Semaine 2 : CD N° 1, 2, 3, 4, une fois par jour

Ou bien : CD N° 1 et 2 un jour et CD N° 3 et 4 le jour suivant

Ensuite : n'importe quels CD 4 fois par jour si vous le désirez. Puis passez aux niveaux avancés.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

Bibliographie du Docteur Tomatis

Écouter l'Univers, Robert Laffont, 1999

L'oreille et la Voix, Robert Laffont, 1987

L'Oreille et la Vie, Livre de Poche, 1999

Nous sommes tous nés polyglottes, Livre de Poche, 1993

L'Oreille et le Langage, éditions du Seuil, 1991

Les Troubles Scolaires, Press Pocket, 1990

Neufs Mois Au Paradis, Ergo Press, 1989

De la Communication Intra-Utérine au Langage Humain, EME, Éditions Sociales Françaises, 1980

Éducation et Dyslexie, ESF, 1972

La Libération d'Œdipe, 1972

Les trois pages suivantes vous sont envoyées aussi sous forme de document Microsoft Word pour être remplies et imprimées ou envoyées par mail à therapie_par_le_son@yahoo.fr .

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

VOTRE JOURNAL DE BORD

Ce journal vous permettra de vérifier votre temps d'écoute, les CD utilisés, et de noter les changements intervenus. Il vous permettra aussi de répondre plus facilement aux questions de votre consultant. Vous pouvez le remplir sur votre ordinateur et ainsi l'envoyer par mail à votre spécialiste en Thérapie par le Son.

Faites autant de copier-coller que nécessaire en fonction des semaines et des personnes de la famille qui font la Thérapie par le Son.

Semaine N°

Nom de l'utilisateur:						
Date	**Début écoute**	**Fin écoute**	**Sous-Total**	**Total**	**Activités, N° CD, Autres infos**	**Remarques**

Résultats de la semaine		
Sommeil	Énergie	Apprendre
Vertiges	Acouphènes	Attention
Stress	Audition	Parler
Comportement	Communiquer	
Remarques de la part des gens qui m'entourent:		

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

THÉRAPIE PAR LE SON

RÉCAPITULATIF

Nom de l'utilisateur : _____

Nom de votre consultant :_____

Date début : _____ Date fin : _____

Nombre d'heures écoutées	Appareil utilisé: Activités pendant l'écoute:
Commentaires	
Changements remarqués	Si pas de changements: 0 Si non-concerné: NC
Sommeil	
Énergie	
Stress	
Anxiété	
Dépression	
Bien-être	
Équilibre	
Audition	
Acouphènes	
Oreille bouchée	
Mémoire	
Hypertension	
Communication	
Maux de tête	
Attention; hyperactivité	
Dyslexie	
Élocution	
Musique / Chant	
Syndrome de Down	
Autisme	
Attaque cérébrale (rééducation)	
Autres	
Remarques de la part de l'entourage	
Vos commentaires	

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

CATALOGUE DES NIVEAUX SUIVANTS

Niveau Avancé: Full Spectrum

Pour ceux qui ont déjà fait le niveau 1

Après avoir écouté régulièrement les cassettes du Basic Music Kit, votre oreille s'est adaptée aux hautes fréquences. La durée de temps que cela prend est variable selon les individus : à vous de juger. A ce stade, vous pouvez souhaiter ajouter de nouveaux éléments à votre programme d'écoute.

Full Spectrum est un nouveau pas en avant dans la Thérapie par le Son. La musique classique non altérée est accompagnée par de la musique thérapeutique calme et très filtrée. Une fois que l'oreille a été ouverte par l'écoute du programme de base, cette musique thérapeutique en bruit de fond est suffisante pour maintenir les effets de recharge énergétique du cerveau. En même temps l'auditeur peut profiter pleinement de la musique.

Ces deux centres d'intérêt donnent une nouvelle stimulation à l'oreille et en augmentent la perception. Une partie de vous-même sera attentive aux hautes fréquences tandis qu'une autre écoutera simplement la musique « normale ». Ces deux parties n'interfèreront pas l'une avec l'autre. C'est comparables aux yogis dont l'esprit travaille à plusieurs niveaux simultanément, l'un pratique et l'autre spirituel. Votre esprit sera ouvert en totalité.

Full Spectrum est disponible sous forme de kit comprenant 4 cassettes ou CD. C'est le complément du Basic Music Kit et doit être utilisé en tant que tel.

HAENDEL : Trio Sonatas and Concerti Grossi, BACH: Concertos Brandebourgeois; ALBINONI: concertos pour violons; TARTINI: concertos pour violins; et VIVALDI : concertos pour violons.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

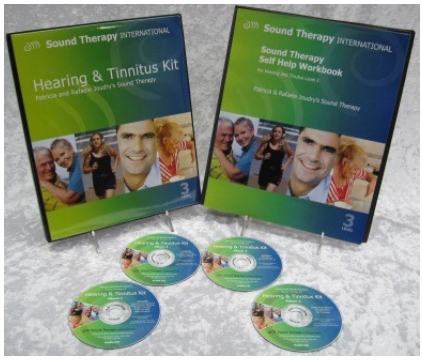
Thérapie par le Son

Programme Avancé Audition Acouphènes

Cassettes / CD supplémentaires pour auditeurs avancés
Ces cassettes / CD sont enregistrées à un plus haut niveau de fréquences et ne peuvent être utilisés que par ceux qui ont déjà utilisé le programme de base pendant environ 300 heures (3 heures par jour minimum, pendant 3 mois) ou dont l'oreille s'est ouverte plus vite. Vous saurez si votre oreille s'est ouverte quand vous remarquerez une augmentation de votre énergie, une amélioration de votre audition ou quand vous aurez ressenti un changement physique dans votre oreille.

Les cassettes / CD sont numérotés par commodité mais vous pouvez les utiliser dans n'importe quel ordre, en fonction de vos besoins.

Programme avancé Audition – Acouphènes



Ce kit est fait pour développer l'audition de différentes manières. Il combine différents instruments et différents styles de filtrages pour à la fois activer et soulager l'oreille.

CD 5. Mozart: Sinfonia Concentante pour Hautbois, Clarinette, Basson and Cor. Menuets. Concerto pour Flûte. Concerto pour Hautbois. Filtrage moyen. Pour activer l'audition et les centres de l'émotion.

CD 6. Haendel: Concerto pour Harpe et Flûte, Harp, Guitare Classique. Augmentation progressive du filtrage. Musique douce et apaisante pour les acouphènes et le sommeil. La douceur de la musiques est principalement due aux instruments utilises dans ces morceaux.

CD 10. Mozart: Symphonies No. 29, 40, 39, 32. Pas de filtrage, Oreille Électronique seulement. Une cassette pour l'élévation, très utile pour résoudre les problèmes émotionnels.

Cassette d'entraînement cognitive pour acouphènes. Filtrage moyen.

Cela commence par quelques suggestions positives (en anglais traduites en français) pour rendre la musique plus efficace contre ce problème pénible et de plus en plus fréquent.

Ce CD ne doit pas être écoutée en conduisant

ou en dirigeant une machine.

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

NIVEAU 4 pour l'équilibre émotionnel.

Une sélection de musiques pour résoudre ses émotions, faire ressortir la beauté de la vie et aider à trouver un équilibre entre les différentes faces de votre personnalité.

Cassette 8. Haydn, Vivaldi, Telemann, et Mozart : Concertos pour Cor. Filtrage moyen. La musique aide à intégrer les différents aspects de la personnalité et améliore la communication avec les autres.

Cassette 9. Télémann: Concerto Cor et Cordes; Mozart: Concerto pour violon No. 5 ; Flute Quartets; Schubert: Ave Maria; Bach: Air on a G String. Filtrage moyen.
Cette musique évoque l'expérience de découverte du monde et de sa beauté. Elle aide les personnes qui ont souffert d'expériences pénibles à s'en sortir.

Cassette 17. Mozart: Concertos pour Piano. Pas de filtrage, Oreille Électronique seulement.
Cette musique belle et romantique a de constanets variations d'humeurs et d'intensités. Elle aide à terminer le processus de guérison.

Cassette 4. Chants Grégoriens. Pas de filtrage, Oreille Electronique seulement.
Cette musique améliore les inflexions de la voix et augmente la concentration.

NIVEAU 5 pour une paix intérieure profonde [affirmations avec la voix du Père ou de la Mère]

Ce kit aide à résoudre des problèmes familiaux douloureux. Elle aide à retrouver un sommeil paisible et le sens de la sérénité.

Cassette 11. Mozart: Serenade pour instruments à vent. Quartets à cordes No.23 & 21. Filtrage élevé. Elle aide à garder l'esprit actif et attentif sans effort, et est également bonne pour le sommeil.

Cassette 12. Tchaikovsky: Variations sur un Thème Rococco; Haydn: Quartet pour cordes No.5; Mozart: Quartet pour cordes No.14; Bach: Selection de Concertos; Scarlatti. Filtrages variés.

Dans ces quartets pour cordes, le violoncello calme et soulage. Cette cassette aide à calmer les nerfs et à soulager les émotions qui pèsent sur le cœur. Les thèmes, beaux, presque doux-amers aident à résoudre les peines.

Cassette OA. Operatic Arias. Haendel, Vivaldi et Mozart. Pas de filtrage, Oreille Électronique seulement.

La voix humaine, le plus beau des instruments, transporte l'auditeur sur les sommets. L'Oreille Électronique est utilisée sans filtrage pour garder à la musique toute la puissance de son impact émotionnel.

Cassettes d'affirmations – voix du père par Père Lawrence ; voix de la mère par Patricia Joudry. Filtrage graduel. (en anglais)

(veuillez spécifier laquelle vous désirez)

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.

NIVEAU 6 pour l'énergie maximale

Ce kit aide à motiver et organiser ses facultés mentales et stimule le cerveau au maximum en vue de performances exceptionnelles.

Cassette 7. Mozart: Divertimenti, Serenade. Filtrage moyen.

Les rythmes brillants et vivants et les mélodies structurées vous énergétisent, vous motivent et vous donnent le sens de l'organisation.

Cassette 13. Bach: Concertos Brandebourgeois. Filtrage moyen.

La grandeur de Bach est totalement présente dans les imbrications complexes et actives de ces concertos. Chaque partie a sa propre mélodie ce qui aide à activer les possibilités mentales et à stimuler l'énergie.

Cassette 15. Bach: Sonates pour Trio. Filtrage élevé.

Les harmonies mesurées et intéressantes de ces trios provoquent une stimulation mentale maximale.

Cassette 10K. Haydn: Concertos pour Violons. Filtrage très élevé, (10,000 Hz). Le filtrage le plus élevé de toutes nos cassettes : toutes les fréquences en dessous de 10 000 Hz ont été éliminées par filtrage. Cette cassette est la moins gênante et la plus stimulante pour l'oreille réceptive. Elle doit être écoutée en alternance avec les autres cassettes pour donner à l'oreille une plus grande gamme de stimuli. Si vous avez aimé la cassette 4 du Basic Music Kit, alors vous allez adorer celle-là.

NB : cette cassette est TRÈS calme en raison du filtrage très élevé.

THOT SPIRIT

www.therapie-par-le-son.com

www.sound-therapy-solution.com

www.sound-therapy-japan.com

JAPON: Kugenuma Kaigan 7-11-17 # 108

Fujisawa-shi

Kanagawa-ken 251-0037

FRANCE: 64 rue Pierre Demours

75017 Paris

Contact

Copyright Rafaele Joudry All Right Reserved
Copyright 2007 Béatrice Delègue pour la version française. Tous droits réservés.